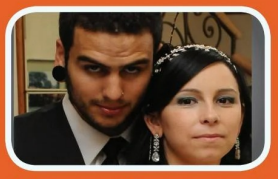
Ano XII ••• Nº 361 ••• Uberaba/MG ••• Setembro de 2010

Revelação

Jornal-laboratório do curso de Comunicação Social da Universidade de Uberaba

Jovens cidadãos
Eles mobilizam seus colegas em projetos
03



Virgens até o casamento
A fé determina o comportamento
07

Clássico sempre atual
Apaixonados não deixam a dança morrer
14

Geração Y

Jovens que nasceram a partir da década de 80 mostram seus diferenciais

issuu-downloader.com

Estou falando muito sério

Natália Melo
6º período de Jornalismo

- *Fala sério, tipo assim você tá ligado? Não? Pooo....*

Se você não entendeu a frase acima, cuidado porque corre o risco de, ao encontrar um adolescente, ficar *boiando*.

O fato é que os jovens utilizam de tantas gírias e termos inovadores incorretamente que o risco de entender errado ou simplesmente não entender nada do que está sendo falado é enorme.

A mudança de comportamento dos jovens acontece desde a década de 60 e é vista como busca por independência. Uma forma de se livrar da educação conservadora.

O vocabulário sofre. A alta velocidade na criação de novos termos são *socos no estômago* da língua portuguesa. Boa parte se dá pela *Internet*.

Exemplo disso é a nova gíria: *puta falta de sacanagem*. A autora da frase comentou em seus 15 minutos de fama, em entrevista para a Folha de S. Paulo, que estava nervosa demais e queria dizer que o cancelamento de um show da banda Restart era uma *puta falta de respeito. Uma sacanagem*.

Porém, nervosa, ela emendou as duas frases, foi filmada, parou no You Tube e pronto. Em todo canto se ouve o jargão juvenil.

Os jovens não estão nem aí pelo fato de que *uma falta de sacanagem* significa que está tudo *OK*. A frase normalmente é usada quando algo deu errado.

Essa má utilização da língua portuguesa é fortemente defendida como identidade pessoal pelos adolescentes.

Bom, se eles querem realmente ser identificados como os incompreensíveis não há absolutamente nada a discutir. Cada um tem o direito de se expressar como quiser, desde que, é claro, assuma as consequências. Afinal, a interpretação que os *caretas* fazem desse vocabulário não é das melhores.Pesquisadores e estudiosos vêem nesses vícios uma demonstração de imaturidade, pois suas utilizações mostram a insegurança do locutor.

A ideia raramente é concluída e ouvinte fica *viajando* no que foi dito. Esse complicado universo adolescente tem dado muita dor de cabeça e deixado apreensivos pais, professores e estudiosos da língua portuguesa.

VENDIDO!

Stefânia de Melo
8º período de Jornalismo

Fui produzido em 1988. Meu lançamento aconteceu antes do previsto. Achei que seria interessante chegar dois meses mais cedo. Acreditava que seria um diferencial, mas não pensei que pudesse trazer alguns prejuízos porque eu não estava pronto.

Eu era um produto fraco, o que causou desconforto àqueles que aguardavam tanto o meu lançamento.

Demorei algum tempo para me ver livre de meus fabricantes. Tinha certo receio de me afastar dos produtos conhecidos e inovar em outra freguesia.

Quando comecei a frequentar a indústria escola, com outros vários produtos, em departamentos fechados, chamados de sala de aula, demorei a me adaptar, mas meus fabricantes insistiam que seria um ótimo investimento.

Tudo isso faria de mim um produto melhor, diferenciado.Quando mudei de indústria, já havia sido lançado há 14 anos. Eu deixava de ser um produto infantil para me tornar um produto adulto. Nesta época, já era capaz de reconhecer o código de barra dos outros produtos, suas especialidades, e fiquei atento, pois percebi que: muitas vezes, a embalagem é mais bonita do que o produto em si; que alguns produtos podem ter várias embalagens de mentira; que em embalagens parecidas posso encontrar produtos diferentes. Jamais esquecerei que, na embalagem, o mais importante é o laço que carregamos à frente, o sorriso.

Agora estou em uma escala mais alta de investimento, na faculdade, e logo estarei no mercado. Preciso saber em qual prateleira estarei exposto.

O que colocar em meu manual de instruções? E qual o meu preço? O que farei para que meus fabricantes, depois de tantas expectativas, ouçam de mim: fui vendido!

Revelação • Jornal-laboratório do curso de Comunicação Social da Universidade de Uberaba

Expediente. Revelação: Jornal-laboratório do curso de Comunicação Social da Universidade de Uberaba (Uniube) ••• **Reitor:** Marcelo Palmério ••• **Pró-reitora de Ensino Superior:** Inara Barbosa ••• **Coordenador do curso de Comunicação Social:** André Azevedo da Fonseca (MG 9912 JP) ••• **Professora orientadora:** Indiara Ferreira (MG 6308 JP) ••• **Projeto gráfico:** Diogo Lapaiva (7º período/Jornalismo), Jr. Rodran (4º período/Publicidade e Propaganda), Bruno Nakamura (7º Período/Publicidade e Propaganda) ••• **Estagiário:** Thiago Borges (5º período/Jornalismo) ••• **Colaboração:** Thiago Ferreira (5º período/Jornalismo) ••• **Equipe:** Júlia Magalhães (3º período/Jornalismo)••• **Revisão:** Márcia Beatriz da Silva ••• **Impressão:** Gráfica Jornal da Manhã ••• **Redação:** Universidade de Uberaba – Curso de Comunicação Social – Sala L 18 – Av. Nenê Sabino, 1801 – Uberaba/MG ••• **Telefone:** (34) 3319 8953 ••• **E-mail:** revela@uniube.br

UNIUBE

issuu-downloader.com

A vez dos jovens politizados

Novas gerações de estudantes se dedicam a projetos na escola

Ilídio Luciano
6º período de Jornalismo

Alunos da Escola Estadual Minas Gerais trabalham com rádio

Atualmente, quando se vê jovens do Ensino Médio conversando, é praticamente impensável que o assunto em pauta seja política e projetos para a melhoria das condições de ensino de outros adolescentes.

No entanto, um grupo de nove alunos da Escola Estadual Minas Gerais decidiu formar uma chapa, e montar o grêmio estudantil e assumir as responsabilidades que os cargos exigem.

> “No começo, tivemos certa dificuldade, pois muitos alunos não demonstravam interesse

Renan Ribeiro, de 18 anos, foi eleito presidente e diz que o interesse em fazer parte do grêmio surgiu de conversas com outros alunos de sua turma de amigos. “Sentimos a necessidade de defender os interesses dos estudantes nas questões relacionadas à escola. No começo, tivemos certa dificuldade, pois muitos alunos que eu convidava não demonstravam interesse algum”.

Os alunos decidiram também montar uma rádio, que leva informações e diversão nos intervalos das aulas.

Fernanda Cristina, de 16 anos, e Lauremir Júnior, de 18, são os responsáveis pela manutenção e apresentação dos programas. “Nós tivemos a ideia de montar a rádio ao ver que os intervalos eram muito vazios, sem graça. A gente conversou com a direção da escola e resolveu adquirir uma mesa de som de seis canais, microfones, e um computador próprio, e colocamos a rádio no ar”, explica Lauremir.

Fernanda diz que a aceitação dos alunos foi fácil e que eles reclamam quando a rádio está fora do ar. “Com o tempo, o pessoal foi gostando da ideia e, hoje, pedem para tocar música e dão sugestões. Há até declarações de amor e pedidos de namoro pela rádio”.

“Hoje em dia não vemos mais bandeiras ideológicas serem levantadas pelos estudantes. Ninguém se levanta e discute os problemas. Há um marasmo da juventude. Há um lampejo de esperança de um futuro melhor nos movimentos internos das instituições como os grêmios estudantis e diretórios acadêmicos. Isso é positivo, claro, mas é apenas uma luz no fim do túnel”, finaliza.

Segundo ele, a política nada mais é do que um espelho da sociedade. “Quando há ilegalidade moral na política é porque falta essa mesma moral em toda a sociedade”, desabafa.

Vice-presidente jovem de um partido político, Rafael Calabrêz, de 22 anos, se interessou pelo assunto acompanhando os noticiários na TV.

O advogado Guido Bilharinho defende a ação dos jovens

“O desinteresse, ao meu ver, deve-se à falta de ética de alguns políticos. Os partidos têm feito esforços para agregar os jovens a fim de prepará-los para serem melhores políticos.”

Assim como Renan, Rafael diz que futuramente também tem pretensões políticas. “Estou sempre pronto para os desafios, como um soldado a serviço da corporação”, declara.

Rafael Calabrêz é vice-presidente de um partido político

Nos anos 70, a luta era pela redemocratização

A União dos Estudantes sempre participou dos assuntos referentes à política

Os anos 90 foram marcados pelo movimento dos “Cara Pintada”

O movimento estudantil conquista o apoio popular

issuu-downloader.com

Jovens a serviço da cidadania

Por meio de projetos sociais eles se mostram como agentes de transformação

Mateus Barros
Gabriela Borges
5º Período de Jornalismo

Há poucos meses, quatro garotos se juntaram para desenvolver sua arte a favor da responsabilidade social. Todos aprenderam a fazer brinquedos artesanais por meio de cursos e oficinas de arte em Uberaba e região. Paulo Henrique, aos dez anos, entende qual a sua responsabilidade. "Comecei com oito anos, vendo minha mãe fazer brinquedos para levar nas aulas. Depois, fiz carrinhos e bonecos para mim. Hoje, faço para quem precisa".

> "Acho maravilhoso ver meus filhos trabalhando por uma causa tão linda

O mesmo acontece com seu colega, André Maia, aluno de Arte do Sesi, que auxilia o projeto *Brilho de Brincar*.

Os quatro mosqueteiros, como são chamados por seus professores, já entregaram cerca de 30 brinquedos a instituições carentes e centros espíritas da cidade, como o Renascer e o Lar de Carinho Nossa Senhora dos Fieis.

Junto com o projeto desses garotos, outras iniciativas são desenvolvidas a partir da Secretaria Municipal de Educação e Cultura.

No campo, os jovens também mostram sua força. O Instituto Curupira é um dos principais projetos de responsabilidade social do município. Fundado em maio de 2009, por alunos de Engenharia Ambiental, desenvolve projetos de conscientização do meio ambiente em prol da cidadania. Para a vice-presidente, Karina Sousa, o principal trabalho são as palestras e as oficinas de reciclagem. "O tema meio ambiente já é bastante discutido, porém, quando nós fazemos bijuterias, por exemplo, mostramos, na prática, como cada um pode fazer a sua parte.

Aproveitamos para mostrar os erros de nosso padrão de consumo, ou seja, aquilo que seria lixo pode ser reaproveitado."

O instituto é uma entidade sem fins lucrativos. Com a ajuda de 20 associados, conceitos de ordem moral e ética, como a ajuda fraternal, também são trabalhados. Atualmente, eles atuam com internos do Centro Holístico de Estudo e Recuperação em Dependências Físicas e/ou Psicológicas. Além das ações ambientais, são desenvolvidas aulas de alfabetização e informática básica para os pacientes.

Há um ano, outra iniciativa nascia. O projeto *Comida de Todos* integra jovens de 10 a 15 anos, que, uma vez ao mês, preparam sopa para comunidades carentes da periferia. "Somos 12 e nunca faltamos uma só vez. Adoramos fazer isso. Deve ser a vontade de ajudar uns aos outros", explica Rodrigo da Silva.

Instituto Curupira estimula a conscientização ambiental

A sopa é feita por eles, com ingredientes bem variados, do jeito que todo adolescente gosta.

"Muitos não conseguem acordar no domingo pela manhã.

> "O Interact Club tem um padrão no mundo todo, que é dar de si

Realmente, o horário não é dos melhores, mas quanto mais tarde for, pior será para as pessoas pobres" , explica Marcelo Borges, um dos que iniciaram o projeto. Os pais colaboram com o patrocínio. "Acho maravilhoso ver meus filhos trabalhando por uma causa tão linda. O mundo poderia ser bem melhor se todos os jovens fossem assim", explica Milena Cardozo, mãe de dois integrantes do grupo.

Um dos maiores grupos de responsabilidade social do mundo também está atuante em Uberaba: o Interact Club. São 52 adolescentes, de 12 a 18 anos, auxiliados pelo Rotary Club de Uberaba.

issuu-downloader.com

"O Interact Club tem um padrão no mundo todo, que é dar de si, sem pensar em si, ou seja, ajudar o próximo sem pensar em ser beneficiado", esclarece o atual presidente Fausto Bernardes. O objetivo do clube é tentar ajudar a sociedade com campanhas, doações, visitas a creches e hospitais.

No *Mutirão Interact contra a Fome* foram arrecadados mais de 200 quilos de alimentos. Já o *Projeto Mãe de Leite* doou mais de 100 litros de leite e o *Projeto Meio Ambiente* plantou 200 mudas de árvores nas calçadas.

"Estamos fazendo um projeto de conscientização sobre a importância da doação de sangue, mobilizando toda a cidade em prol do hospital do câncer", finaliza Fausto.

Interact Club de Uberaba conta com 52 integrantes

O segredo do sucesso

Maria Grabriela Brito
8º período de Jornalismo

Hoje de manhã quando saí de casa, vi uma menininha pegando uma flor do jardim para dar à mãe dela. Achei aquele gesto simples e ingênuo.

A mãe, muito sem graça, me pediu mil desculpas pelo ato e ainda brigou com a filha. Aquilo me fez pensar que somos podados o tempo inteiro e desde sempre. Parece tão difícil sermos nós mesmos!

Aquela mãe nem percebeu que a filha havia dado a florzinha a ela. Penso que a menina deve ter se sentido diminuída. Assim é no mercado de trabalho. Parece que nunca somos bons o suficiente para nada. É um bombardeio de informações e de dicas de como ser um profissional melhor, como ser o que as empresas procuram. Fica difícil saber por onde caminhar.

Hoje é preciso saber mais de duas línguas fluentes, porque o inglês, que já foi um diferencial, não é mais. E o diploma, que também já foi muito importante, hoje não vale nada, se a Pós, o Mestrado e o doutorado não estiverem ali para acompanhá-lo. Além disso, temos que conhecer informática, entender de política, economia, natureza, estar atualizados, bem equipados, ter boa aparência, ser criativos, inovadores. É difícil ser tudo isso ao mesmo tempo.

Afinal de contas, o que as empresas querem?

Tenho certeza de que elas também ficam confusas ao escolher um profissional qualificado para determinado cargo porque hoje todo mundo sabe de tudo um pouco. É aqui que entra outro problema de sermos seres em busca da perfeição, sempre. Os sonhos estão cada vez maiores e muitas vezes chegam a ser utopias, de tão impossíveis.

É como diz uma professora minha: "temos que ter metas possíveis". As pessoas estão sempre querendo mais e, quando aquele sonho, que parecia tão distante, é conquistado, não é mais suficiente. É difícil ficar satisfeito.

Damos pouco valor ao que temos e muito valor ao que queremos e, assim, as pequenas coisas parecem distantes.

A meta deixa de ser "carpe diem" (aproveite o dia) para ser: conquistar aquele tão sonhado emprego, ter uma vida perfeita, com carro do ano, filhos felizes e uma casa linda. E o pior: para conquistar tudo isso nem todas as qualificações já citadas neste texto parecem suficientes. Temos que mostrar nosso lado humano, mas sem demonstrar fraqueza, sem errar.

Cansei de ouvir que sou um produto à venda e que preciso estar sempre bem vestida, sempre sorrindo, que não posso errar nunca. Sei que faz parte da construção do meu marketing pessoal, mas não é todo dia que eu estou a fim de dar um bom dia empolgado para todos que vejo pela frente e nem é todo dia que vejo passarinhos cantando pelo caminho.

Somos humanos. Caímos, levantamos, sorrimos, choramos. Escolhemos caminhos errados, às vezes, e, outras, com sorte, encontramos o correto. É difícil saber.

Com tanta novidade, com tanta coisa que precisamos para conseguir aquilo que consideramos ser a meta de nossas vidas, eu cheguei a uma conclusão que pode parecer clichê: hoje, o diferencial, o segredo do sucesso, é sermos nós mesmos.

issuu-downloader.com

O mundo mudou e o jeito de criar os filhos também

Pais em décadas diferentes compartilham as dúvidas da educação

Gullit Pacielle
6º período de Jornalismo

"Na época a gente ia para a barranca do córrego pescar, pegar fruta nos pés como jabuticaba, manga, goiaba, nadava no Rio Uberaba, era limpinho. Hoje, não dá mais. Está tudo sujo. Hoje, mudou tudo. A vida está de pernas para o ar", desabafa o cabeleireiro Bento Valdomiro Manso, de 66 anos, ao relembrar a a infância.

O tempo passou. As atitudes e os afazeres da população mudaram. Não foi difícil perceber a alternância de comportamento. Basta ver uma simples conversa entre pai e filho.

Para a psicóloga Janete Tranquila, houve uma inversão de valores. "Os pais não estão sendo pais. Eles estão transferindo a responsabilidade da paternidade para as escolas, para as babás", pondera.

Se cada um contar a forma como foi educado, é fácil perceber como a tecnologia interferiu diretamente nos valores e nas perspectivas de vida.

Pai de três filhos, e com duas netas, Bento garante que, em termos de educação, não deu moleza. "Eu criei a moçada no serviço mesmo. Sou rígido. Por causa disso, cada um tem sua vida estável. A diversão deles era a escola. Quando estavam na escola podiam brincar. Fora, me ajudavam na criação de porco", afirma o cabeleireiro.

Bento e Maria Mota constituíram família há 36 anos

> "Eu gostava de brincar na rua. Tenho várias bonecas e minha filha nem dá atenção a elas

Atualmente, computadores, Ipods e celulares fazem parte do mundo infantil, de adolescentes e até dos adultos adaptados à nova era. Imagine que metade do planeta possui aparelho celular. Segundo estudos de consultoras, são três bilhões de telefones.

Aos 21 anos, Dienefer Ceratta é mãe da pequena Isabela

Dienefer Ceratta, de 21 anos, é mãe de Isabela, de apenas dois aninhos. Mesmo jovem, ela já sabe que o mundo em que a filha viverá será bem diferente do seu. "Para se ter uma ideia, eu gostava de brincar na rua. Tenho várias bonecas e minha filha nem dá atenção a elas. Ela gosta de tudo que tem a ver com luz. Adora conversar com o pai por telefone e já usa o computador. Nessa idade, eu pouco sabia sobre isso", explica Ceratta.

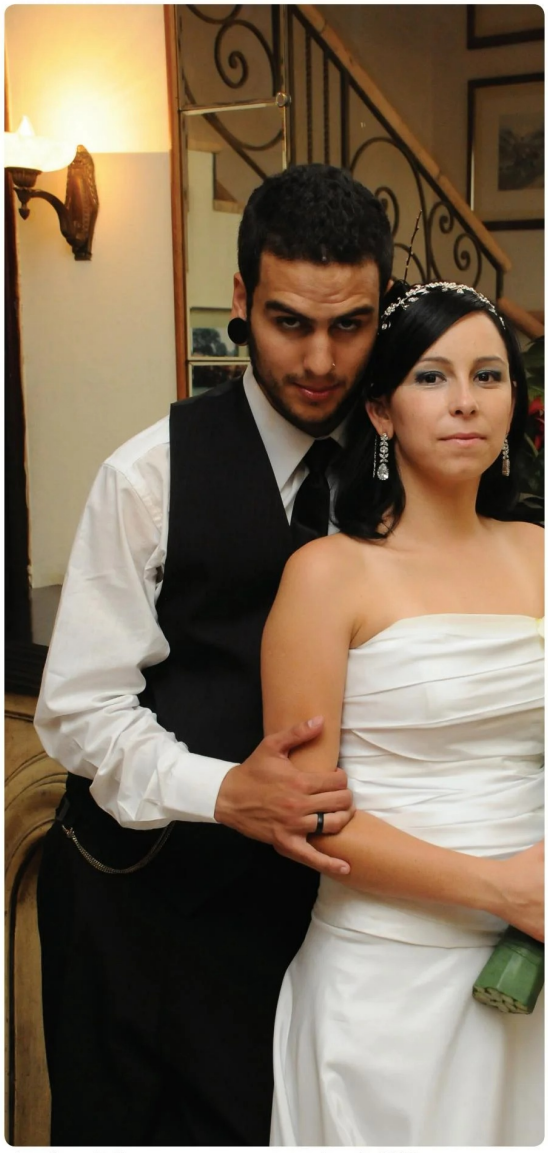
Apesar deste estranhamento, a jovem mãe reconhece que há fatores positivos na revolução tecnológica, como o acesso à informação. "Depende muito do pai e da mãe saberem controlar isso para que as crianças não percam esse lado infantil que faz bem", finaliza.

issuu-downloader.com

Virgens até o casamento

Jovens religiosos enfrentam pressões, mas defendem valores bíblicos tradicionais

Sarah Franciele
4º período de Jornalismo



Janaína e Talles se casaram em setembro de 2009

Com tatuagens estampadas pelo corpo, *piercings* no nariz e alargador na orelha, ninguém nem imagina que Talles Gabriel está pronto para ir ao culto no Templo Deus Forte ao lado de Janaína Damas.

Eles se casaram virgens, após seis anos de namoro, e acreditam que valeu a pena esperar. "É bem melhor casar virgem e ter a primeira relação com quem se ama", afirma Talles.

Pastora do Ministério Deus Forte, há 12 anos, Silésia Moares acredita que a igreja, por meio das referências bíblicas, ensina aos jovens o verdadeiro sentido de amor, respeito e carinho. "A sociedade ensina aos nossos jovens a tomarem pílulas, usarem camisinha, mas não ensinam a se amarem, se respeitarem".

Há dois anos e meio, Alessandra Alves, de 25 anos, namora com Tiago Nunes, de 26. Juntos, também decidiram que perderão a virgindade só após se casarem.

Para os seguidores do Ministério Deus Forte, a pessoa, quando se entrega à outra em um ato sexual, faz uma aliança para a vida toda. "Antigamente, só se fazia aliança com quem realmente confiava. Hoje, os jovens mal veem o rosto da pessoa e já fazem esta aliança", completa a pastora.

> "Quando há amor, um vai saber respeitar o limite do outro

Silésia defende que o sexo é dado pela sociedade tão normal quanto mentir, trapacear e roubar. "Os valores foram se corrompendo".

Talles concorda com a pastora. "O sexo, na atualidade, está totalmente banalizado. Alguns praticam só para ganhar fama e, de certa forma, serem bem vistos pelos amigos", diz Talles.

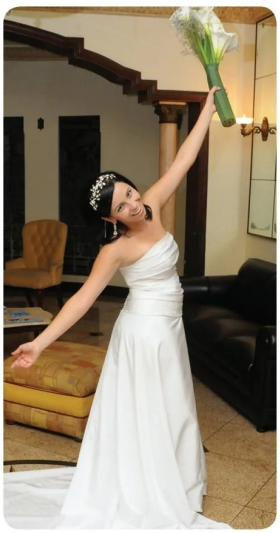
Engana-se quem pensa que os integrantes do Ministério Deus Forte não gostam de sexo.

O casal Talles e Janaína considera sexo maravilhoso, visto a partir dos olhos de quem é guiado pela fé e consegue dominar o corpo.

"Quando em um beijo a relação esquenta, o melhor a fazer para não cair na tentação é dominar o corpo, e cada um ir para sua casa", afirma Talles.

Alessandra diz que esta imposição de limites é importante, tanto quanto os questionamentos do gênero "até onde posso suportar?".

"Quando há amor, um vai saber respeitar o limite do outro", pondera ela.



Vinte e um anos era a idade dos noivos no dia do casamento

issuu-downloader.com

Drogas Sintéticas

Jovens ignoram riscos do consumo de substâncias alucinógenas

Thiago Borges
6º período de Jornalismo

"Eu sabia o que era, usei e gostei"

A frase é de uma universitária, de 21 anos, que experimentou drogas pela primeira vez há três anos. "A música vibrava em mim. Eu sentia tudo mais perto, mais intenso", conta.

Essas sensações são efeitos do Dietilamida de Ácido Lisérgico (LSD) conhecido como "doce". O efeito surge de 30 a 90 minutos após a ingestão e dura aproximadamente seis horas. Durante este período, o LSD produz fenômenos alucinatórios que envolvem um conjunto de percepções.

O neurologista Francisco Cotta explica que, além disso, a droga provoca uma modificação na percepção de tempo, sensação de espaço e do corpo. "A pessoa que usa perde a noção de quem ela é, muda totalmente seu estado de humor e personalidade".

Foi unanimidade a resposta dos jovens quando pergunto qual a sensação de tomar o tal doce. "Eu viajei em outro mundo", diz um rapaz de 20 anos. A amiga dele complementa: "estava tudo bom. Eu estava em um lugar lindo".

Essa falsa felicidade e a percepção de estar em outro local reforça a resposta do rapaz que se refiriu a estes sentimentos como uma fuga da realidade. "Esta realidade é muito estranha e o doce abre uma porta para um local bem mais interessante".

O ácido teve seus dias de glória quando regava os embalos psicodélicos do movimento hippie. Naquela época, expandir a consciência era palavra de ordem, mas a utopia dos anos 60 e 70 perdeu-se junto com as longas cabeleiras, roupas coloridas e mochilas nas costas. Hoje, o usuário de LSD é o jovem de classe média alta, universitário, e que usa a droga principalmente em festas de música eletrônica.

A reação da droga no organismo varia de pessoa para pessoa e do momento vivido. "O usuário pode ter *uma viagem boa* e ver formas coloridas ou *uma viagem ruim* com crises depressivas, chamada pelos usuários de *bad*", explica Francisco Cotta.

Pode ocorrer também uma mistura de informações sensoriais, chamada sinestesia, provocando sensações como ouvir uma cor e ver um som", explica a psicóloga Lúcia Martins Alves.

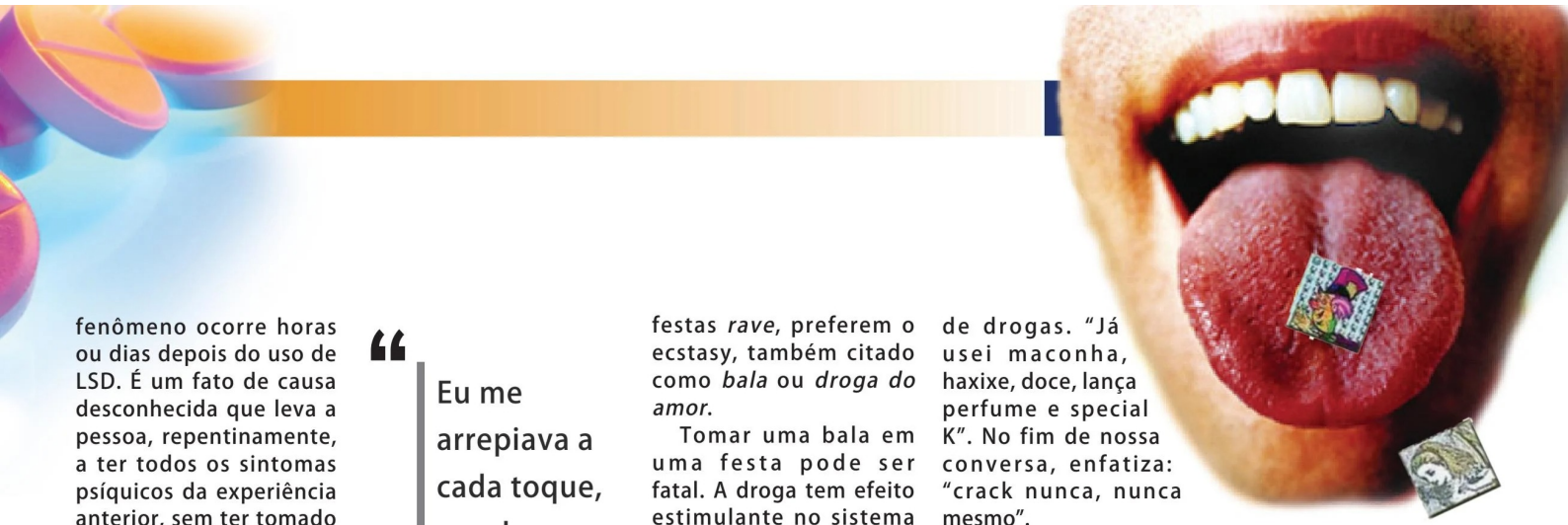
> "Tudo estava rápido, minhas pernas não queriam parar de dançar

Cortina de aranhas brilhantes, cores fluorescentes, objetos em 3D e sombras animadas, são algumas coisas que os entrevistados disseram ter visto ao tomar LSD.

No entanto, a *bad* aparece com freqüência. A volta para o mundo real traz o arrependimento por coisas feitas ou ditas nos momentos de loucura da droga. São flashbacks do efeito do ácido no cérebro. "Este

Laboratório do Dr. Alexandre "Sasha" Shulgin, em sua casa, no deserto de Black Rock, Nevada, E.U.A

issuu-downloader.com



fenômeno ocorre horas ou dias depois do uso de LSD. É um fato de causa desconhecida que leva a pessoa, repentinamente, a ter todos os sintomas psíquicos da experiência anterior, sem ter tomado de novo a droga", afirma o neurologista Francisco Cotta.

Uma pesquisa realizada pela Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas (Senad) revela que 49% dos estudantes universitários já experimentaram drogas ilícitas. Além do alucinógeno conhecido como *doce*, alguns jovens que gostam de baladas e festas *rave*, preferem o ecstasy, também citado como *bala* ou *droga do amor*.

> "Eu me arrepiava a cada toque, a cada música, no outro dia quando alguém me escostava ainda sentia os efeitos

Tomar uma bala em uma festa pode ser fatal. A droga tem efeito estimulante no sistema nervoso central. A disritmia é o principal causador de mortes.

Um jovem estudante de 20 anos conta como foi usar a "bala" pela primeira vez, há três anos. "Tudo estava rápido. Minhas pernas não queriam parar de dançar", afirma.

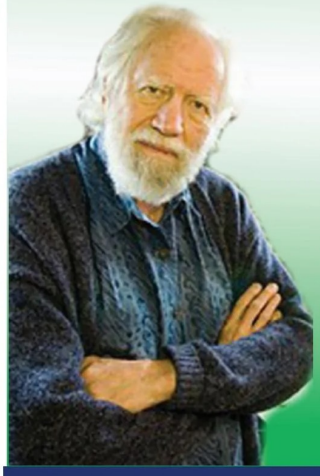
Depois de tomar ecstasy várias vezes, o universitário confessa ter usado outros tipos de drogas. "Já usei maconha, haxixe, doce, lança perfume e special K". No fim de nossa conversa, enfatiza: "crack nunca, nunca mesmo".

A estudante do início dessa reportagem explica que sentiu algo diferente durante e após o uso do ecstasy. "Eu me arrepiava a cada toque, a cada música. No outro dia, quando alguém me encostava, eu ainda sentia os efeitos da bala".

A psicóloga Lúcia Martins afirma que apesar de não observar sintomas de abstinência quando o uso de ecstasy é suspenso, nota-se um desenvolvimento da tolerância à droga. "Em outras palavras, o organismo precisa de quantidades cada vez maiores para ter as mesmas sensações, e esse fato aumenta ainda mais os riscos e efeitos nocivos da droga", explica.

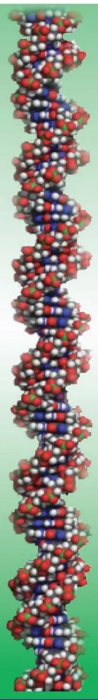
Alexander *Sasha* Shulgin

Sasha é um químico e farmacologista que desde o início dos anos 60 se dedica a uma missão: modelar e remodelar compostos psicodélicos como forma de construir ferramentas para a exploração da consciência.



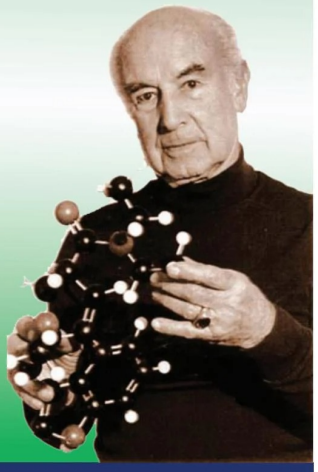
Desde sua primeira experiência, nos anos 50, com mescalina, Sasha criou o conhecido Ecstasy (MDMA) e outras 230 novas drogas psicodélicas.

Ele publicou a receita de como fabricá-las e abriu portas por onde dezenas de outros químicos despejaram pílulas, elixires e pozinhos pelo mundo.



Albert Hoffman

Albert Hofmann é um químico suíço de renome mundial. O LSD foi sintetizado por ele, em 1937, mas só em 1953 é que foram descobertos os seus efeitos alucinogéneos. Este químico alemão trabalhava num laboratório suíço na síntese de derivados do ácido lisérgico, uma substância que impede o sangramento excessivo após o parto. A descoberta dos efeitos do LSD verificou-se quando Hoffman ingeriu, de forma não intencional, um pouco desta substância e se viu obrigado a interromper o seu trabalho devido aos sintomas alucinatórios que estava sentindo.



issuu-downloader.com

Cardápio desafia Geração Y

Alex Gonçalves
5º período de Jornalismo

Se *Flint Lockwood*, personagem de Judi Barret e Ron Millet, de fato existisse, com certeza, seria obrigado a revelar a fórmula capaz de fazer chover hambúrguer, como fez na cidade de *Chewandswallow*.

O fascínio causado pela junção de pão, bacon, alface, tomate, cheddar, ovo e tantos outros ingredientes, faz com que muitos deixem de lado o velho prato feito. Não significa que não acreditam na força do arroz, feijão, bife e batata. Eles alegam não terem tempo para se alimentar. A Geração Y tem, na agenda: escola, judô, natação, inglês e a pressão para o temido vestibular.

Naiara de Melo Silva, de 20 anos, é estudante do quinto período de Engenharia de Produção da Universidade de Uberaba (Uniube). Saía da escola onde estudava depois do meio dia e, com o grupo de amigos, optava pelo velho hambúrguer. "Virou hábito", diz.

Em casa, a mãe sabia exatamente o que preparar como café da manhã: um sanduíche com bacon.

Sempre que Naiara ia ao cinema, balada ou fazer os trabalhos da escola, a opção seguinte era comer. Até mesmo para comemorar a aliança de compromisso que ganhou do namorado, saiu para comer. O casal celebrou com um "doguinho". Não pense que onde ela frequenta faltam opções. Naiara pede o cardápio, olha com atenção e sempre pede o mesmo. Acredite! É parte do ritual.

Essa forma de alimentação, normalmente, é sinônimo de luta constante com a balança. Mas como Naiara consegue manter-se magra?

A geração dos anos 90 aprendeu, como diriam os antigos, a assoviar e chupar cana, tudo ao mesmo tempo. Falam ao telefone, vêem TV, e ainda conversam com os amigos nas redes sociais. Essa sobreposição de tarefas faz com que o organismo entre num ritmo também acelerado e, consequentemente, queime mais calorias. Em alguns organismos,

> "Às vezes eu comia três cachorros quentes. Comia até passar mal

essa relação funciona. Porém, em outros, esse acúmulo de calorias pode levar à obesidade ou, em casos extremos, a problemas cardíacos.

A alimentação baseada em frituras e carboidratos pode fazer com que haja depósito de gorduras no corpo.

A alimentação *fast food* é carente em nutrientes e rica em sal e açúcar. "Por serem muito gordurosas e pobres em frituras, vitaminas e minerais, o ideal é que essas comidas sejam consumidas uma ou duas vezes por mês", sugere a nutricionista Rafaela Pontes de Almeida.

Naiara acorda às 5h30, faz academia, vai para o trabalho e depois para a faculdade. Quando era mais nova, fazia judô e dança. "Tem que se ter consciência da alimentação, estar antenado e saber balancear sempre", conta ela, que consome, hoje, pelo menos um sanduíche por semana.

Se com ela a balança sempre foi generosa, com o adolescente Matheus de Almeida Flauzino, de 14 anos, o ponteiro nunca foi amigo. Chegou a pesar 90 quilos. Na escola, era conhecido como *manteiga*. Sempre foi discriminado pelos colegas.

Comia, de maneira desordenada, salgados, doces e refrigerantes e não tinha hora para nada. "Às vezes eu comia três cachorros quentes. Comia até passar mal", afirma Matheus. Cansado de ser piada entre os amigos, decidiu que sua vida mudaria.

Sem a ajuda de remédios, passou a fazer caminhada todos os dias e continuou jogando futebol, esporte de que sempre gostou. Cortou refrigerante, massas e frituras e, dentro de um mês, emagreceu 10 quilos, causando nos pais muita preocupação.

Após a visita a um endocrinologista, Matheus foi estimulado a permanecer no regime, comendo frutas, legumes, saladas e carne magra. Hoje, tem 62 quilos e está na medida. "Minha mãe hoje briga comigo para comer", brinca Matheus, que pensa duas vezes no que lhe é oferecido.

"Não me privo de comer as coisas. Se como, opto por não jantar, ou como menos do que comia", diz o jovem.

Em Uberaba, a opção é tentadora tanto para os magrinhos como para os gordinhos. Se não podem buscar, muitos restaurantes

issuu-downloader.com

oferecem o serviço de entrega em casa: os *deliveres.* O gerente de um dos mais freqüentados da cidade, Gilmar Alves Martins, afirma categoricamente que, se a entrega não for dentro de 28 minutos no perímetro cadastrado pela rede, o cliente não paga pelo pedido.

Segundo ele, são produzidos, em média, 2.400 sanduíches por mês. A freqüência de adolescentes e jovens é sempre na madrugada, quando vêem das festas,

Maior rede de *fast-food* do mundo produz 43 milhões de unidades por dia

e, em geral, pedem sempre a mesma coisa. Para os funcionários do local é oferecido jantar, mas alguns optam pelo lanche.

Na maioria dos restaurantes, há uma tabela nutricional. O objetivo é orientar os consumidores quanto ao valor calórico de cada ingrediente.

A busca por uma vida saudável fez com que Matheus optasse pela mudança antes do aparecimento de problemas como pressão alta e diabetes, muito comum em pacientes obesos.

Para Larissa Amorim Tupinambá, de 27 anos, a preocupação com a estética a fez comer cada vez menos, chegando a ter crises de desmaios quando era adolescente. Hoje, compreendeu que o bem-estar do corpo depende de uma alimentação saudável e balanceada. Sua irmã, de 22 anos, cansada das pressões sociais, morreu após uma cirurgia de redução de estômago, já que as inúmeras dietas não surtiam efeito. "O sonho dela era ser magra", afirma Larissa.

Os *fast foods* não são os únicos vilões da vida moderna. O estresse, a poluição e as constantes cobranças feitas a uma geração que tem como missão mudar o planeta, fragilizam o corpo. "O mal dessa geração é o excesso", afirma Naiara.

Anaconda Lumbricóides

Vinícius Silva
2º período de Jornalismo

A mãe estava preocupada. Não sabia se levava o filho ao psicólogo ou ao endocrinologista. O pai sempre o defendia dizendo que o pré-adolescente estava em fase de crescimento e que este comportamento era normal e aceitável. O irmão mais velho ficava com medo de regredir na idade e se encontrar naquela mesma situação. O garoto comia muito. Três pratos cheios, que mais pareciam uma montanha formada por toneladas de alimentos, quando não estava faminto. Como um ser humano de apenas 50kg poderia ingerir tal quantidade de comida numa fração de tempo tão curta e não engordar ou sentir-se mal? Prometi a este jovem que escreveria uma crônica em especial a ele. Era um caso inacreditável. A medicina não explicava. A família sofria e tinha que se adaptar. Nunca mais puderam frequentar restaurantes self-services ou rodízios. Eram barrados logo na entrada. Os gerentes dos estabelecimentos, conhecendo o caso, já previam o prejuízo. Na cantina da escola, era o único aluno que repetia a merenda. Era uma fome incontrolável, comparada à fome de um trabalhador rural ou de um peão que passou o dia todo no campo. O garoto comia mais do que toda a família. Quando avistava comida em demasia, como em festas, não conseguia omitir os sentimentos de alegria e felicidade. Chegava a se excitar de tal forma, que batia palmas, cantava e dançava. Porém, quando estava com muita fome e não havia comida suficiente era possível prever seu mau humor e a agressividade, acompanhados de lágrimas e reclamações. Era um garoto viciado: não em drogas, mas em comida. A família já não sabia o que fazer para poder contê-lo. Imaginaram muita coisa. Tratá-lo à base de sonda, amarrá-lo na cama, selecionar alimentos. Tudo foi descartado. O irmão mais velho começou a trabalhar para ajudar nas despesas da casa. Os pais também arrumaram outros empregos. Nada adiantou. Começaram então a vender alguns pertences da família, a fim de conseguirem sustentá-lo. Quando acreditavam que não haveria mais solução, a mãe recordou-se de que, naquele ano, o adolescente não havia sido medicado com vermicidas e este, possivelmente, seria o causador de toda aquela fome em excesso.

ANACONDA - Também conhecida como sucuri, é uma cobra sul-americana da família Boidae, pertencente ao gênero Eunectes. Tem a fama de ser uma cobra enorme e perigosa.

LUMBRICÓIDES - Trata-se de uma referência à ascaridíase ou ascariose, que é uma parasitose causada pelo verme Ascaris lumbricoides, conhecido popularmente como lombriga (verme).

issuu-downloader.com

Consumo de alimentos saudáveis aumenta 82% em cinco anos

Mariaurea Machado
6º período de Jornalismo

Se, por um lado ,muitas pessoas morrem de complicações provenientes de diabetes, problemas cardíacos e outros distúrbios crônicos de saúde relacionados a maus hábitos alimentares, por outro, o comércio de alimentos saudáveis comemora alta no mercado.

De acordo com estudos sobre alimentos e bebidas ligados à saúde e bem-estar no Brasil, elaborado pela empresa de pesquisa de mercado Euromonitor, esse segmento saltou de 8,5 bilhões de dólares, para 15,5 bilhões de dólares, em cinco anos, ou seja, um crescimento de 82%.

Conforme as perspectivas, a tendência é de aumentar outros 39%, alcançando 21,5 bilhões de dólares até 2014. O estudo analisa as vendas no varejo dos segmentos *diet* e *light*, alimentos funcionais fortificados, orgânicos, os naturalmente saudáveis e produtos específicos para intolerância a alimentos. Dessa maneira, pode-se dizer que muitas pessoas já descartaram a hipótese de se empanturrarem de guloseimas.

Jayana Bachetti nunca encontrou dificuldades para equilibrar alimentação com uma rotina de exercícios

Jayana Bachetti, recém graduada em Educação Física, diz que nunca encontrou dificuldades para levar uma vida saudável. "Desde a infância sempre pratiquei vários tipos de esportes. Fiz natação com fins competitivos até os 12 anos de idade. Escolhi Educação Física, pretendo seguir outros caminhos, mas sem esquecer a atividade física".

Já a estudante do Ensino Médio, Larissa Cristine Dantas, de 18 anos, conta que já brigou muito com a balança. "No início, foi um namorado que me incentivava a procurar um nutricionista esportivo e um *personal trainner*, porém eu não tinha nenhum interesse. Comia muita besteira, minha alimentação era completamente errada. O tempo foi passando e fui crescendo, vendo que as roupas ficavam cada vez mais desencaixadas, o que me incomodava muito", relata.

Ela procurou apoio profissional. Chegou à academia com 62 kg e 30,1% de gordura corporal, insatisfeita com o próprio corpo e com baixa auto-estima. Em cinco meses, alcançou 56,9kg, com apenas 16% de gordura. Malha atualmente duas horas por dia, seis vezes por semana. Tanto esforço físico, porém, seria em vão, caso não fosse combinado com a reeducação alimentar. "Trinta por cento dos meus resultados são obtidos pelos exercícios, e 70% vem da alimentação", quantifica, agora, autoconfiante.

Larissa mantém uma rotina alimentar rigorosa, porém saudável, e é orientada por sua nutricionista.

"Até mesmo quando saio pra comer pizza, são regradas as quantidades e balanceados os sabores para não sair da dieta. Não pense que só como pizza de folhas". A endocrinologista Fernanda acredita ainda que os maus hábitos alimentares sejam próprios da vida moderna, e que, aliados ao sedentarismo, aumentam a população de obesos no mundo. Ela lembra também que carros e elevadores, são facilidades que contribuem para acúmulo de gorduras no corpo. "Não existe apenas a atividade física programada como ir à

Larissa alcançou seu objetivo controlando a alimentação e exercícios

issuu-downloader.com

Pirâmide Alimentar

academia, caminhar durante a semana, mas, também, as atividades relacionadas com o dia de cada pessoa, como subir e descer escada, ir à padaria caminhando, limpar a casa. São práticas saudáveis e simples", enfatiza.

Quanto maior a cidade, maior a correria, menor o tempo para se alimentar, pior para o estresse e para a qualidade de vida. "Quanto menos industrializado o alimento, mais benéfico será", explica.

Fernanda reconhece que o mercado está preocupado em produzir alimentos saudáveis, não apenas devido ao apelo da magreza imposto pela mídia, mas pelo acesso fácil à informação, como livros e internet, que explicam como alimentar-se de maneira saudável, eliminando os riscos que a gordura trans causam,como infarto agudo do miocárdio, dentre outras complicações. "É muito melhor prevenir as doenças do que tratá-las. Essa mudança de comportamento, essa divulgação de hábitos saudáveis é muito importante para que todos se conscientizem das necessidades dessas mudanças. Eu acredito que a nova geração deve, cada vez mais, buscar uma qualidade de vida melhor", conclui.

As bebidas e as calorias

Vinho Branco doce

1 taça (110ml)

142 Kcal

Rum

1 copo (50ml)

110 Kcal

Vodca

1 copo (30ml)

72 Kcal

Champanhe

1 taça

85 Kcal

Cerveja

1 copo (240 ml)

101 Kcal

Cachaça

1/2 copo (100ml)

231 Kcal

Batidas

1/2 copo (100ml)

251 Kcal

Daiquiri

1 taça (100ml)

116 Kcal

Conhaque

1 dose (50ml)

125 Kcal

issuu-downloader.com

Balé resiste à modernidade

Apesar de viverem na era da *Internet*, bailarinas preferem o estúdio de dança ao computador

Natália Melo
6º período de Jornalismo

MSN, Orkut, Twitter, blog, Youtube, jogos e afins. As opções de entretenimento são variadas para os jovens da Geração Y, ou "geração da Internet".

Apesar de tanto avanço tecnológico, há jovens que ainda procuram as academias de dança em busca de balé clássico.

Criado há mais de 500 anos na Itália, o balé teve sua primeira apresentação pública registrada em 1489. Na ocasião, era dançado apenas por artistas do sexo masculino. As mulheres foram incluídas como bailarinas em 1681, quando o balé ganhou os palcos dos teatros. Só a partir do século XVII que a dança começou a apresentar características parecidas como as que vemos hoje. As famosas bailarinas russas se despontaram na Europa, em meados do século XIX.

Desde então, apesar de muitas criações e inovações, o balé clássico mantém as mesmas regras de séculos atrás.

Utilizar a sapatilha de ponta, ter os cabelos presos em coque com rede (coque chamado de tutu), usar meia calça e se esforçar em passos que exigem flexibilidade ainda fazem parte da rotina.

A dança antiga desperta a imaginação. "É normal ouvir exclamações de surpresa quando você diz que é bailarina. As pessoas normalmente pensam que o balé é coisa de cidade grande", conta a bailarina Fabiana Silva, que dança há oito anos.

Esse imaginário que alimenta os sonhos das meninas se faz presente desde a década de 20, quando a dança sofreu um grande impulso e passou a ser interpretativa, mostrando o espírito dos atores, em harmonia com a música e as artes plásticas. Júlia Amaral Vilela, de 11 anos, pratica balet desde que tinha cinco aninhos. Ela afirma que sempre amou a dança e que seu maior sonho é dançar nos estúdios de Miami. Segundo Júlia, a mãe não só a incentiva a dançar, como prefere que ela faça as aulas,em vez de ficar em casa no computador.

Lara Campoi Paschoal, de 13 anos, e a irmã Lais, de 8, também se declaram loucas pela dança. As duas garantem que apesar da mãe gostar da dança, não sofreram nenhuma pressão dela: foi escolha delas.

Esse grupo de meninas faz, em média, de seis a oito aulas por dia. Em épocas de apresentação, as aulas chegam a durar até quatro horas.

Apesar de exaustivo, o reconhecimento do público no final do ano compensa todo o sacrifício.

"A maior motivação é a apresentação do fim de ano, em que todos os conhecidos podem ver o fruto do trabalho", comenta Bianca Mendonça Prata, de 16 anos, que estuda balet há 12 anos.

Júlia de Castro Afonso, de 10 anos, faz ballet de ponta e jazz, desde os sete anos de idade. Ela também sente-se motivada pelas apresentações, mas complementa que a dança é um ótimo exercício físico. "Faz bem para a coluna e ajuda muito a manter a postura".

> "A maior motivação é a apresentação de fim de ano, em que todos osconhecidos podem ver o fruto do trabalho

Corpo de Dança de Ballet Clássico da academia Beth Dorça

issuu-downloader.com

Túlio Henrique

Carla Andrade Cunha

De olho no espelho

Jovens empenham-se em para se produzirem conforme as referências de seus grupos

Thiago Ferreira
Raíssa Nascimento
4º período de Jornalismo

"Dedicação total" é o que fala Carla Andrade Cunha quando perguntamos sobre aparência.

Aos 20 anos, a universitária conta que o cuidado com a imagem pessoal é reforçada, todo mês, no salão de beleza. Na agenda, estão corte, hidratação dos cabelos e depilação. "Quando me chamam para ir a uma festa, logo penso na roupa que vou usar. Não gosto de sair de última hora: preciso pensar no que vou vestir", expõe a estudante.

A psicóloga Icéa Borba Marquez percebe um exagero na Geração Y ao investir na aparência. "Os jovens se pintam, se transformam externamente, mas ninguém se preocupa em crescer muito em conhecimento".

Quando Gabriela de Carvalho, de 20 anos, vai às compras de cosméticos, gasta cerca de 150 reais. Na cestinha, há cremes de cabelo, base, blush, gloss, além de, toda semana, fazer hidratação no cabelo e manter as unhas sempre impecáveis.

Ela se preocupa também com o corpo, mantendo uma dieta balanceada e praticando exercícios físicos, mas tudo isso não parece satisfatório. Ela revela o desejo de aumentar o volume dos seios com próteses de silicone. "Gosto de me sentir bem e bonita. Se tivesse dinheiro, optaria sim pela cirurgia plástica", fala Gabriela.

> "O Orkut e os meios rápidos de se comunicar fazem com que a mensagem exija pressa em se adequar às tendências

Túlio Henrique, de 19 anos, afirma que desde a adolescência cuida da aparência. Entre gel para os cabelos, cremes para acnes e espinhas, roupas estilosas, o jovem se diz apaixonado por perfume. "Se possível uso um perfume diferente todos os dias e roupas bacanas nunca dispenso", fala Túlio

Em viagem a Buenos Aires, a psicóloga Ilcéa Borba ficou maravilhada com a atitude das mulheres. "Elas não tingem os cabelos como as brasileiras".

Diante desse fato, a especialista reflete sobre a necessidade de cada indivíduo se sentir igual no grupo, atendendo às expectativas comuns. "O Orkut e os meios rápidos de se comunicar fazem com que a mensagem exija pressa em se adequar às tendências relativas à aparência. Isso deve ser repensado", finaliza a especialista.

Gabriela de Carvalho

issuu-downloader.com

O QUE VOCÊ FARIA EM 60 SEGUNDOS?

FESTIVAL DO MINUTO UNIUBE

22 de outubro - 19h

Quadra 3 - Campus Aeroporto

DÊ VIDA À SUA IDEIA!

PREMIAÇÃO	CATEGORIAS
R$ 200,00 Para cada categoria	UNIVERSITÁRIO **Ficção, Animação, Publicidade e Propaganda, Jornalismo, Cidadania.**
R$ 200,00	ENSINO MÉDIO **Melhor Vídeo Secundarista**
R$ 800,00	GRANDE VENCEDOR **Melhor Vídeo do Festival**
TROFÉU	ESCOLHA DO INTERNAUTA **Vídeo mais Votado**

INSCRIÇÕES
De 20/09 a 08/10
sec. Bloco L
das 14h às 21h

com3 três dias de comunicação

O FESTIVAL DO MINUTO É UM EVENTO INTEGRADO À
SEMANA DE COMUNICAÇÃO DA UNIUBE

UNIUBE
Educação e Responsabilidade Social

CONSULTE O REGULAMENTO: **http://festivaldominutouniube.blogspot.com**

issuu-downloader.com